

# TEKNIK KUNDALINI

KUMPULAN

YOJA MUHAMMAD



## **KUMPULAN TEHNIK TEHNIK by YOJA MUHAMMAD**

**HANDAYANI SRI-SATURDAY, 12 AUGUST 2017**

### **Tehnik**

Yg namanya tehnik tentu ada langkah2nya disesuaikan dg tujuan suatu tehnik. Jika tehnik tidak sesuai dg tujuan maka disebut tehnik.yg gagal or tidak terpakai.

Banyak sekali tehnik yg ada

#### **1. Tehnik pengolahan diri**

Biasa berisi dasar2 dr suatu ajaran, entah bab meditasi, channeling, penyelarasan, penggabungan energi, intinya energi digunakan untuk pengembangan diri.

#### **2. Tehnik penggunaan energi**

Biasanya berisi suatu pemanfaatan energi untuk suatu tujuan tertentu, entah untuk

Pengobatan

Perkelahian

Pemanas tubuh

Dll

Banyak sekali tehnik yg ada di dunia energi

1. Medi cakra untuk pengolahan diri yg berhubungan dg meditasi energi dan pengembangan energi serta pengembangan cakra.

2. Channeling tehnik yg digunakan untuk mengikat or untuk terhubung dg energi diri or orang lain. Intinya sebagai keterhubungan

3. Penyelarasan tehnik yg digunakan untuk memadukan 2 atau lebih energi agar harmonis, bisa juga harmonisasi manusia dg alam

4. Penggabungan. Tehnik yg digunakan untuk menggabungkan 2 atau lebih energi menjadi 1 energi yg semakin besar. Tehnik ini dalam skala besar dapat digunakan untuk menggabungkan beberapa aliran energi menjadi 1 aliran energi

5. Tehnik penggunaan energi

Maaf tehnik ini banyak sekali karena tidak ada yg baku sudah hasil suatu kematangan seseorang dalam berenergi sehingga kreasi seorang praktisi dalam menggunakan energi juga macam2. Salah satu tehnik yg terkenal adalah

## **Tehnik gtumo**

---

Seperti apa suatu tehnik ?

Saya beri contoh tehnik meditasi cakra seperti dibawah ini dan suatu tehnik butuh langkah2 yg detail hingga mampu disebut tehnik. Jika anda salah or tidak sesuai dg tehnik dibawah ini tentu

tidak dapat disebut meditasi cakra karena suatu tehnik dibuat dg langkah2 yg pasti dan detail

### **Langkah meditasi cakra**

1. Doa
2. Rilekkan badan anda jangan ada paksaan untuk rilek, tidak berpikir dll biarkan diri anda lepas tanpa ikatan apa2
3. Mulai meditasi tarik nafas lembut dan panjang dan pikiran fokus ke cakra dasar  
  
(Cakra dasar ada dibawah kemaluan.laki2, or diujung atas kemaluan wanita)
4. Berhenti nafas. Ingat tidak boleh ditekan di perut hanya berhenti nafas untuk beralih ke hembus nafas. Saat berhenti nafas lakukan channeling dg energi cakra dasar
5. Hembuskan nafas pelan dan selembut mungkin dan saat hembuskan nafas usahakan anda telah menarik energi cakra dasar anda bawa keatas tembus cakra mahkota dalam satu hembusan nafas dan teruskan tembus cakra minor diatas mahkota  
  
(Jika anda meditasi sendiri.sebaiknya saat hembuskan nafas anda niatkan energi.naik sekian kali lipat dr.energi saat meditasi, misal 100 x lipat)
6. Nafas biasa hingga selesai medi
7. Bisa anda vareasi dg menaikan lipatan energi saat medi masih berjalan. jika anda sudah mampu

## **Menutup meditasi**

1. Setelah meditasi selesai.tutuplah meditasi anda agar energi.tidak.aktif
2. Tarik.nafas lembut.fokus ke cakra dasar
3. Berhenti.nafas
- 4..hembuskan nafas dg cepat tapi tidak dihentakkan dan diikuti dg meniatkan menghambur energi ke kiri kanan diatas cakra dasar anda.

Ingat hanya yg ada dicakra yg ditutup.biarkan saja yg sudah diluar cakra tidak perlu anda urusi or anda tarik masuk cakra lagi.

### **Note :**

Meditasi cakra adalah dasar dr semua meditasi energi di kundalini, jika anda mampu meditasi cakra dg baik insya allah anda akan mampu.melakukan meditasi energi yg lain dg baik

Channeling ada di dokumen. Dan harap.andah pahami channelin juga tehnik dasar yg sangat penting sebagai dasar untuk.melakukan tehnik.channeling lebih lanjut

Pahami dan latih 2 tehnik dasar ini dg baik dan benar. Sehingga selanjutnya anda mampu melakukan tehnik2 lain dg baik dan benar

Silahkan di test tehnik diatas



## **tehnik GTUMO**

Yg namanya tehnik ada urutannya dan detail seperti ini

Jadi tehnik gtumo seperti ini :

Menurut biksu dari tibet yang mengajari saya tehnik gtumo

### **GTUMO PENUH**

Menggunakan seluruh dantien dan seluruh cakra mayor

1. Keluarkan panas dr candali
2. Masukkan ke dantien paling bawah naik terus sampai tembus ubun2 or dantien atas
3. Sampai.dantien atas turun sampai tembus dantien bawah
4. Kemudian masuk cakra dasar naik terus tembus mahkota
5. Turunkan dari mahkota ke tangan anda dan keluarkan ke telapak tangan anda

Silahkan mencoba

Tidak boleh putus.rangkaiannya

## **B. Gtumo kecil**

Hanya menggunakan dantien bawah dan 3.cakra.(dasar, sex.dan perut)

1. Keluarkan panas dr candali
2. Masukkan energi ke dantien paling bawah naik terus sampai tembus dantien.bawah
3. Kemudian energi diputar turun masuk lagi ke dantien bawah hingga tembus dantien bawah
4. Kemudian masuk cakra dasar naik terus tembus cakra perut
5. Kemudi energi disalurkan ke.tangan or badan

Silahkan mencoba

Tidak boleh putus.rangkaiannya

Silahkan disimpan saya hanya membuka sekali

## TEHNIK MEDITASI CAKRA

Langkahnya

(kata cakra dasar diganti dg cakra yang akan di olah ... maaf tidak saya ganti untuk menunjukkan tehnik medi semua cakra sama saja)

1. Doa

2. Rilekkan badan anda jangan ada paksaan untuk rilek, tidak berpikir dll biarkan diri anda lepas tanpa ikatan apa2

3. Mulai meditasi tarik nafas lembut dan panjang dan pikiran fokus ke cakra dasar

(Cakra dasar ada dibawah kemaluan.laki2, or diujung atas kemaluan wanita)

4. Berhenti nafas. Ingat tidak boleh ditekan di perut hanya berhenti nafas untuk beralih ke hembus nafas. Saat berhenti nafas lakukan channeling dg energi cakra dasar

5. Hembuskan nafas pelan dan selembut mungkin dan saat hembuskan nafas usahakan anda telah menarik energi cakra dasar anda bawa keatas tembus cakra mahkota dalam satu hembusan nafas

(Jika anda meditasi sendiri.sebaiknya saat hembuskan nafas anda niatkan energi.naik sekian kali lipat dr.energi saat meditasi, misal 100 x lipat)



6. Nafas biasa dan diam sejenak rasakan meditasi anda

7. Setelah dirasa meditasi sudah bagus dg nafas biasa lakukan konek ke gambar dibawah untuk terhubung dg teman2 yg lain dalam meditasi bersama

8. Nafas biasa dan rilek. Tidak perlu anda atur energi anda biarkan mengikuti pengaturan pimpinan meditasi bersama

9. Lakukan hingga anda meditasi bersama selesai

Menutup meditasi

1. Setelah meditasi selesai.tutuplah meditasi anda agar energi.tidak.aktif

2. Tarik.nafas lembut.fokus ke cakra dasar

3. Berhenti.nafas

4..hembuskan nafas dg cepat tapi tidak dihentakkan dan diikuti dg meniatkan menghambur energi ke kiri kanan diatas cakra dasar anda.

Ingat hanya yg ada dicakra yg ditutup.biarkan saja yg sudah diluar cakra tidak perlu anda urusi or anda tarik masuk cakra lagi.

### **Note :**

Meditasi cakra adalah dasar dr semua meditasi energi di kundalini, jika anda mampu meditasi cakra dg baik insya allah anda akan mampu.melakukan meditasi energi yg lain dg baik

Channeling ada di dokumen. Dan harap.anda pahami channelin juga tehnik dasar yg sangat penting sebagai dasar untuk.melakukan tehnik.channeling lebih lanjut

Pahami dan latih 2 tehnik dasar ini dg baik dan benar. Sehingga selanjutnya anda mampu melakukan tehnik2 lain dg baik dan benar

Silahkan di test tehnik diatas terlebih dahulu agar anda mampu melakukannya dg baik dan benar

Silahkan disimpan tehnik diatas jika mau disimpab sehingga anda tidak tanya lagi bagaimana medi cakra dasar. Itu sudah saya tulis rintik2 dg detail langkah2 tehniknya

## **KONEK**

Kelihatan sepele dan disepelekan namun banyak yg belum paham bab konek

Secara umum konek hanyalah terhubung titik.

Kmd ditambah dg dll

1. Terhubung untuk ikut orang lain

Konek seperti ini butuh keihklasan anda untuk mengikuti orang lain. Bukan kmd malah disedot.

Prinsipnya seperti anak kecil pengen ikut ibunya. Digandeng tangan ibunya kmd ikut kemana ibunya pergi

Dihubungkan energi anda ke objek yg dikonek kmd pasrah dibawa ke mana saja oleh yg ngajak jalan.

2. Terhubung untuk dapat memanfaatkan energi

Konek seperti ini tujuannya mendapatkan energi.

Tehniknya seperti anda mengambil barang. Anda ulurkan tangan (energi) kmd anda ambil barangnya.

Hubungkan energi anda ke objek yg anda konek kmd anda tarik energinya

3. Dll jenis terhubung tergantung anda mau terhubung dg tujuan apa

He... he.. lha konek itu macam2.tujuannya mas ndak cuma 1 tujuan.

Konek itu artinya terhubung

Selanjutnya tujuan dr konek anda.

Seperti anda tlp mas.. anda pencet nomornya kmd terhubung dg nomornya... perkara anda mau bicara

1. Bisnis itu tujuan anda

2. Eng ing eng itu tujuan anda

Konek itu mencet tlp kmd terhubung dg nomor tlp diseberang sana or tlp yg lain

## **Anda mau kenal dg diri anda ?**

Mudah saja

Banyaklah diam dg diri anda insya allah anda akan kenal diri anda.

Diam saja dg diri anda tanpa menyibukkan diri baik bacaan or yg lain

## **Tehnik membersihkan energi negatif di dalam cakra**

Contoh cakra jantung

1. Alirkan energi dr cakra dasar hingga terdiam di cakra jantung melewati jalur sushumna

(Jika yang sudah terbuka jalur belakangnya bisa ditambah dg aliran energi dr jalur belakang hingga mahkota kmd turun ke jantung)

2. Konsentrasikan semua energi di dalam jantung

3. Perhatikan putaran energi dan cakra anda

4. Buka pintu cakra bagian atas (depan)

5. Salurkan energi masuk ke dalam cakra

6. Dorong energi yang telah masuk di dalam cakra jantung keluar dg tujuan mendorong energi negatif gatif yang ber ada di cakra (bantu dg pernafasan lembut dan kasar menurut kebutuhan)

7. Dorong. Energi terus melewati cakra dan melewati jalur dan cakra yg lain hingga keluar mahkota.
8. Netralkan energi negatif di luar cakra mahkota
9. Lakukan pengulangan tehnik ini hingga menurut anda sudah bersih.
10. Tehnik ini dapat di ulang perkenaikan energi anda.

Kemampuan membersihkan cakra sesuai energi yang anda punya. Hal ini disebabkan energi negatif di dalam cakra kita berlapis lapis

### **Masalah di tulang ekor**

1. Mas tulang ekor saya ngganjel, kenapa ya mas ?
2. Mas tulang ekor saya seperti penuh dg energi
3. Mas tulang ekor saya panas
4. Mas tulang ekor saya ... bla.. bla.. bla

Semua hanya masalah ditulang ekor yg disebabkan oleh aktifnya energi ditulang ekor kita. Seharusnya kita senang dg adanya masalah tersebut karena itu tanda sudah aktifnya energi ditulang ekor kita yg mulai bergerak keatas namun belum mampu semua tersalurkan lewat jalur sushumna karena jalur masih kecil.

Masalah diatas hanya masalah aktifnya energi ditulang ekor yg tidak terkontrol dan membesar sendiri tanpa kita kendalinikan. Untuk itu jika sudah seperti diatas sebaiknya di netralkan agar energi tidak menumpuk di tulang ekor anda akibat jalur yg masih kecil. Or perbandingan antara energi yg aktif tidak sepadan dg jalur.

**Energi terlalu besar jalur sushumna masih kecil.**

Cara netralkan

1. Fokus di tulang ekor yg bermasalah
2. Tarik nafas perlahan dan tetap fokus di tulang ekor yg bermasalah
3. Hembuskan nafas perlahan dbarengi dg membuang energi ke kiri dan kanan tulang ekor anda.
4. Lakukan berulang hingga masalah anda clear.
5. Selesai.

**Energi kundalini sebenarnya banyak manfaatnya ;**

1. Pengobatan
2. Kesehatan diri
3. Memahami dimensi

4. Memahami jasad baik raga or yg lain
5. Memahami jiwa dan roh
6. Memahami semesta
7. Memahami perbedaan energi
8. Memahami aliran
9. Dll

Dengan benar<sup>2</sup> melatih energi tentu hal diatas dapat kita capai. Tapi semua butuh pemahaman, karena keahlian butuh paham detailnya.

*File kusus untuk bank tehnik*

*Silahkan di copy dan tidak perlu ijin*

### **Sistematika suatu aliran energi**

1. Ada sumber energinya

Sumber energi erat kaitannya dg pengembangan diri sehingga kita mampu mengolah menjadi berdaya guna dan dapat digunakan baik untuk

Kultivasi diri or

Penyebuhan or



Spiritual or

Dsb

## 2. Ada jalurnya

Jalur berfungsi untuk mengalirkan energi baik saat pengolahan energi or saat menggunakan energi dr sumber energi ke materi or objek yg akan kita tuju

Entah jalur utama yg tembus ubun2

Entah jalur kecil2 or nadi yg banyak diseluruh badan biasanya yg sering dipakai telapak tangan untuk menembakkan energi ke objek

3..dimensi Setiap aliran energi tentu mempunyai ruang or dimensi sendiri sehingga tidak tercampur dg energi yg lain

Dst

Pegang itu jika tidak dijabar 3 hal ini maka anda akan kesulitan untuk mengembangkan diri hingga mencapai kultivasi or apalah istilahnya dst

Minimal 2 anda pegang sebagai acuan

## 1. Sumber

## 2. Jalur

Tanpa anda ketahui 2 hal diatas maka anda akan menghayal dg energi yg anda olah or akan anda gunakan

Lha sumber dan energinya saja ndak tahu kok dipelajari mas ... sampai mati ya cuma gitu2 aja ... boro2 kuktivasi lha ngolah saja bingung bener ndaknya

## **Energi**

Dalam.dunia energi ada energi panas dan dingin namun untuk memunculkan keduanya secara bersamaan sangatlah susah diawal2 kita latihan .... butuh proses

Jika awal belajar energi yg keluar

1. Panas maka untuk memunculkan energi dingin akan susah
2. Jika yg keluar pertama dingin maka untuk memunculkan yg panas juga susah

Kenapa bisa muncul salah satu saja. Tenti disebabkan oleh faktor bakat tiap individu.

Namun seiring waktu dan dg proses latihan maka kedua jenis energi ini bisa kita dapatkan.

Tapi untuk memunculkan secara bersamaan or digunakan secara bersamaan juga butuh latihan ...

Silahkan dicoba anda alirkan energi anda

1. Kanan panas
2. Kiri dingin secara bersamaan

Jika anda bisa sudah sip permainan energi anda

Kebodohan kita

Dalam olah energi apapun yg terjadi di diri kita karena kesalahan kita adalah kebodohan kita.

Entah karena

1. Mengolah energi
2. Mengalirkan energi
3. Menggunakan energi

DII

Dan kemudian menimbulkan kendala di diri kita maka kita wajib berpikir bahwa semua karena kebodohan kita.

Jika hal itu terjadi

1. Bersikaplah tenang
2. Ndak juga bikin mati anda karena salah mengoperasikan energi

3. Pelajari kendalanya jangan malah panik

4. Cari cara untuk mengatasi jangan malah teriak sana sini

Anggaplah kesalahan2 kita sebagai contoh kasus yg perlu ditangani suatu saat dilapangan jika memang kita mau terjun kemasyarakat

Tenang bro .. ndak juga mati karena energi sendiri

Duduklah dg tenang

Lihatlah diri mu

Bukan pula seperti apa diri mu dilihat orang lain

Rilek dan tenangkan diri mu

Kmd lihatlah diri mu

Jangan juga mikir agar kamu tahu sejujur2nya diri mu

Slow saja kawan

Ndak usah nafsu

Karena nafsu itu pasti mikir

Jangan juga pakai hati mu

Karena hati mu juga perlu diperhatikan

**TAMAT**